

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

ESTEFANY RAFAELA MARQUEZ DIAS RODRIGUES

**ESTRESSE OCUPACIONAL E SÍNDROME DE BURNOUT EM BOMBEIROS
MILITARES ATUANTES NO MUNICÍPIO DE PONTAL DO PARANÁ - PR.**

MATINHOS

2019

ESTEFANY RAFAELA MARQUEZ DIAS RODRIGUES

**ESTRESSE OCUPACIONAL E SÍNDROME DE BURNOUT EM BOMBEIROS
MILITARES ATUANTES NO MUNICÍPIO DE PONTAL DO PARANÁ - PR.**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao curso de Graduação em
Saúde Coletiva da Universidade Federal
do Paraná - Setor Litoral, como requisito
parcial à obtenção do título de Bacharela
em Saúde Coletiva.

Orientador: Prof. Msc. Neilor Vanderlei Kleinubing

Coorientadora: Prof. Msc. Anielly Dalla Vecchia

MATINHOS

2019

TERMO DE APROVAÇÃO

ESTEFANY RAFELA MARQUEZ DIAS RODRIGUES

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Graduação em Saúde Coletiva da Universidade Federal do Paraná - Setor Litoral, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Saúde Coletiva.

Prof. Msc. Neilor Vanderlei Kleinubing
Orientador, UFPR.

Prof. Dr. Roberto Eduardo Bueno - UFPR

Roberto Laurence Viana Batista
Membro Externo

Matinhos, _____ de _____ de _____.

AGRADECIMENTO

Agradeço a Deus pela minha vida, e por estar sempre comigo me dando a virtude da paciência.

Ao meu professor orientador Neilor Vanderlei Kleinubing e minha professora coorientadora Anielly Dalla Vecchia, pela arte de ensinar e grande ajuda na construção deste trabalho de conclusão de curso.

Ao meu esposo Claudio, por ter me apoiado nas decisões mais importantes da minha vida e me estimulado a nunca desistir do meu sonho de entrar numa universidade federal.

Agradeço a cada uma das pessoas que estiveram em minha vida nesse período acadêmico, que direta ou indiretamente me ajudaram a concluir este curso.

Sem sonhos, as perdas se tornam insuportáveis, as pedras do caminho se tornam
montanhas, os fracassos se transformam em golpes fatais.
Mas, se você tiver grandes sonhos... seus erros produzirão crescimento, seus desafios
produzirão oportunidades, seus medos produzirão coragem.
Por isso, NUNCA DESISTA DE SEUS SONHOS.

(AUGUSTO CURY, 2007)

RESUMO

Nesta pesquisa retratamos a Síndrome de Burnout e o Estresse Ocupacional entre militares atuantes no município de Pontal do Paraná, tendo em vista que a Síndrome de Burnout afeta profissionais que lidam diretamente com o sofrimento humano de forma geral. O objetivo principal baseia-se em analisar a prevalência de Burnout entre Bombeiros Militares (BM) atuantes no município de Pontal do Paraná. A metodologia utilizada para esta pesquisa consistiu em um questionário de caracterização construído para esse estudo, e o instrumento padronizado o *Maslach Burnout Inventory* (MBI) para investigação da Síndrome de Burnout. A pesquisa foi realizada com 18 Bombeiros Militares do 8º grupamento de Bombeiros do município de Pontal do Paraná, no ano de 2018. Os resultados demonstraram que todos os BMs participantes do estudo estão suscetíveis a Síndrome, dentre os resultados com escores mais significativos foram de 36% (fase inicial de Burnout), e outro com escore de 88% que caracteriza acometimento da Síndrome. Visto que com o passar dos anos as pessoas têm ficado mais tempo no trabalho com objetivo de crescimento econômico, elas acabam esquecendo de desacelerar, e esquecendo do lazer, do descanso, isso implica diretamente em sua saúde, com desgaste que acometem os profissionais na mesma direção da realização profissional.

Palavras-Chave: Síndrome de Burnout; Estresse Ocupacional; Bombeiro Militar.

ABSTRACT

In this research we describe the Burnout Syndrome and Occupational Stress among military personnel in the city of Pontal do Paraná, considering that Burnout Syndrome affects professionals who deal directly with human suffering in general. The main objective is to analyze the prevalence of Burnout among Military Firefighters (BM) operating in the city of Pontal do Paraná. The methodology used for this research consisted of a characterization questionnaire built for this study, and the instrument standardized the Maslach Burnout Inventory (MBI) for investigation of Burnout Syndrome. The research was carried out with 18 Military Firemen of the 8th group of Firemen of the municipality of Pontal do Paraná, in the year of 2018. The results showed that all the BMs participating in the study are susceptible to Syndrome, among the results with the most significant scores were 36% (initial Burnout phase), and another with a score of 88% that characterizes Syndrome. Since over the years people have been spending more time at work for the purpose of economic growth, they forget to slow down, and forgetting about leisure and rest, this implies directly on their health, with wear and tear that affect the professionals in the same professional achievement.

Key words: Burnout Syndrome; Occupational stress; Military Firefighter.

LISTA DE TABELAS

TABELA 1- RESULTADO DA AMOSTRA SEGUNDO N° DE ENTREVISTADOS, RESPOSTAS E SCORE.....	23
--	----

LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1- RESULTADO DA AMOSTRA SEGUNDO SEXO.....	10
GRÁFICO 2- RESULTADOS DA AMOSTRA SEGUNDO PATENTE DO BOMBEIRO MILITAR.....	10
GRÁFICO 3- RESULTADO DA AMOSTRA SEGUNDO ESTADO CIVIL.....	11
GRÁFICO 4 -RESULTADO DA AMOSTRA SEGUNDO A RENDA.....	11
GRÁFICO 5- RESULTADO DA AMOSTRA SEGUNDO O TEMPO DE SERVIÇO.....	12
GRÁFICO 6- PREVALÊNCIA DE SINDROME DE BURNOUT.....	12

LISTA DE ABREVEATURAS OU SIGLAS

B.M	- BOMBEIROS MILITARES
CAP's	- CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL
CID 10	- CLASSIFICAÇÃO INTERNACIONAL DE DOENÇAS
RAP's	- REDE DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL
MBI	- MASLACH BURNOUT INVENTORY
OMS	- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE
PR	- PARANÁ
SB	- SÍNDROME DE BRUNOUT
SGA	- SINDROME GERAL DE ADAPTAÇÃO
T.S	-TEMPO DE SERVIÇO

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 JUSTIFICATIVA	12
3 OBJETIVOS	13
3.1 OBJETIVO GERAL	13
3.2 OBJETIVO ESPECÍFICO	14
4 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	14
5 METODOLOGIA.....	16
5.1 TIPO DE ESTUDO E MATERIAIS	16
5.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA	16
5.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS	17
6 RESULTADOS E DISCUSSÃO	18
6.1 CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA.....	18
6.2 PREVALÊNCIA DE BURNOUT	22
7 CONCLUSÃO.....	24

1 INTRODUÇÃO

Vivemos em uma sociedade urgente, rápida e ansiosa. Nunca as pessoas tiveram uma mente tão agitada e estressada como nos tempos atuais. A paciência e a tolerância estão se tornando artigos de luxo na era da indústria e do entretenimento, e paradoxalmente, na era do tédio.

Sem perceber, a sociedade moderna, consumista, rápida e estressante alterou algo que deveria ser inviolável, gerando consequências seríssimas para a saúde psicológica e emocional, o prazer de viver, o desenvolvimento da inteligência, a criatividade e a sustentabilidade das relações sociais. Adoecemos coletivamente. (CURY, 2015)

Hans Selye(1959), foi o primeiro estudioso a definir ‘estresse’, atendo-se à sua dimensão biológica. Segundo o autor, estresse é um elemento inerente a toda doença, que produz certas modificações na estrutura e na composição química do corpo, as quais podem ser observadas e mensuradas. O estresse é o estado que se manifesta através da Síndrome Geral de Adaptação (SGA).

Estresse Agudo: é mais intenso e curto, sendo causado normalmente por situações traumáticas, mas passageiras, como a depressão na morte de um parente.

Estresse Crônico: afeta a maioria das pessoas, sendo constante no dia a dia, mas de uma forma mais suave.

A literatura aponta que os policiais estão entre os profissionais que mais sofrem de estresse, pois estão constantemente expostos ao perigo e à agressão, devendo freqüentemente intervir em situações de problemas humanos de muito conflito e tensão.

Pelas características da sua profissão, o policial é um forte candidato ao Burnout, um tipo específico de estresse crônico. A síndrome de Burnout se caracteriza por apresentar sintomas e sinais de exaustão física, psíquica e emocional que decorrem de uma má adaptação do indivíduo a um trabalho prolongado e com uma grande carga de tensão(COSTA, et. al. (2007).

Para Gazzotti e Vasques-Menezes (*apud* ABREU *et. al.*, 2002) a falta de suporte efetivo e social, gera uma fragilidade emocional ocasionando grande sofrimento nas relações de trabalho. Sem alternativas para compartilhar suas dificuldades, anseios e preocupações, o trabalhador tem aumentado sua tensão emocional o que pode levar ao surgimento da síndrome de Burnout e/ ou do estresse ocupacional.

Para Codo e Vasques-Menezes (1999), Burnout consiste na síndrome da desistência, ocorre quando a pessoa deixa de investir no seu trabalho e nas relações afetivas, aparentemente tornando-se capaz de se envolver emocionalmente com ele. No entanto, males como fadiga depressão, estresse e a falta de motivação também apresentam a desistência como marcante.

O conhecimento dessa síndrome é de especial importância não só para a classe de profissionais que apresentam um alto risco de incidência da mesma, mas também para a sociedade como um todo, conhecer e praticar estratégias de prevenção e intervenção faz-se imprescindível no mundo atual, onde as exigências por produtividade, qualidade, lucratividade associada a recessão, vêm gerando maior competitividade, e conseqüentemente problemas de cunho psicossocial (PEREIRA, 2002).

Tratar o Burnout apenas por um dos seus sintomas, por exemplo, a depressão, seria apenas paliativa, uma vez que os aspectos profissionais e organizativos presentes na síndrome estiverem sendo ignorados, o diagnóstico preciso diferencial faz-se necessário. Entretanto, apesar da gravidade e altos índices de acometimento desta síndrome entre os trabalhadores principalmente das áreas de educação, segurança e saúde, no Brasil os estudos sobre Burnout ainda são escassos, e muitos profissionais desconhecem esta síndrome (PEREIRA, 2002).

A Organização Mundial de Saúde (OMS) a partir da portaria N° 1.339, de 18 de novembro de 1999, instituiu a Classificação Internacional de Doenças (CID-10), que visa padronizar a codificação de doenças e outros problemas relacionados a saúde, atribuindo a uma categoria única que corresponde a classificação. O decreto N° 6.042, de 12 de fevereiro de 2007, que alterou o regulamento da previdência social, aprovada pelo decreto 3.048, de 6 de maio de 1999, dispõem em seu anexo II sobre agentes patogênicos causadores de doenças profissionais ou do trabalho conforme previsto no artigo 20 da lei N° 8.213, de 1991 inseriu na lista B, a síndrome de Burnout no título sobre transtornos mentais e dos comportamentos relacionados diretamente ao trabalho (CID-10, Grupo V).

Em 28 de maio de 2019 – A síndrome de Burnout está incluída na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11) como um fenômeno ocupacional. Não é classificada como uma condição de saúde. É descrita no capítulo “Fatores que influenciam o estado de saúde ou o contato com os serviços de saúde”, que inclui razões

pelas quais as pessoas entram em contato com serviços de saúde, mas que não são classificadas como doenças ou condições de saúde.

A definição de Burnout na CID-11 é: *“Burnout é uma síndrome conceituada como resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso”*.e É caracterizada por três dimensões:

- sentimentos de exaustão ou esgotamento de energia;
- aumento do distanciamento mental do próprio trabalho, ou sentimentos de negativismo ou cinismo relacionados ao próprio trabalho; e
- redução da eficácia profissional.

Burnout se refere especificamente a fenômenos no contexto ocupacional e não deve ser aplicada para descrever experiências em outras áreas da vida. Essa síndrome também foi incluída na CID-10, na mesma categoria da CID-11, mas a definição é agora mais detalhada.

A Organização Mundial da Saúde está prestes a iniciar o desenvolvimento de diretrizes baseadas em evidências sobre o bem-estar mental no local de trabalho. (OPAS BRASIL, 2019)

2 JUSTIFICATIVA

Esta pesquisa baseia-se na justificativa de conhecer a síndrome de Burnout e estresse ocupacional entre os bombeiros militares, e alertar sobre a ocorrência destes problemas de cunho psicossocial e auxiliando em curto e médio prazo na melhora qualidade de vida dos trabalhadores, pois o estresse pode ser ocasionado por fatores ambientais externos ou internos, podendo haver exigências positivas ou negativas.

Segundo Areias & Comandule (2006, p. 187),

“O estresse no trabalho tem se tornado (e cada vez mais) uma séria carga para a saúde e para a economia dos países desenvolvidos e em desenvolvimento. Inúmeras pesquisas passam a ser desenvolvidas buscando uma maior compreensão do impacto dessas mudanças no adoecimento do trabalhador.

Busca-se entender como essas condições contribuem para o estresse e para o surgimento de transtornos mentais e doenças”.

O psicólogo Herbert J. Freudenberger (1980), foi um dos primeiros a descobrir os sintomas de esgotamento profissional e concluir um amplo estudo sobre a síndrome de Burnout, e publicou um livro sobre o esgotamento profissional.

A síndrome de Burnout pode ser considerada uma resposta crônica aos estressores interpessoais advindos da situação laboral, uma vez que o ambiente de trabalho e sua organização podem ser responsáveis pelo sofrimento e desgaste que acometem os trabalhadores, nessa mesma direção da realização pessoal no trabalho (MASLACH & JACKSON, 1981).

A importância de tratar sobre o estresse ocupacional e a síndrome de Burnout na saúde coletiva se reflete na necessidade de um sistema de saúde que visem estratégias e ações para manter a saúde mental da grande maioria da população, colocando em prática o velho ditado “prevenir é melhor que remediar”.

Visto que o estresse pode afetar não só a saúde mental de um indivíduo, mas acelerar o processo de adoecimento como um todo, faz-se importante saber como o estresse constante no ambiente de trabalho dos bombeiros militares atuantes no Município de Pontal do Paraná pode impactar na saúde destes profissionais? E quais os fatores de risco e consequências da Síndrome de Burnout no dia a dia deles?

3 OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GERAL

- Pesquisar a prevalência de estresse ocupacional e transtorno de Burnout entre os Bombeiros militares atuantes no município de Pontal do Paraná – PR, e identificar os principais fatores de risco neste processo de adoecimento.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Realizar uma pesquisa bibliográfica em estudos já publicados sobre os temas de Estresse Ocupacional e Síndrome de Burnout em Bombeiros.
- Identificar a distribuição e ocorrência dos agravos em bombeiros militares e os riscos multifatoriais intrínsecos ao processo de adoecimentos destes profissionais.
- Identificar a prevalência e/ou incidência de estresse e Síndrome de Burnout em Bombeiros atuantes no município de Pontal do Paraná - PR.

4 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Profissionais do corpo de bombeiros, assim como policiais, atendentes de primeiros-socorros de ambulâncias e outros profissionais envolvidos com o atendimento pré-hospitalar formam um grupo particularmente exposto a altos níveis de estresse em suas atividades laborais (KOMMOR, LINTON & WEBB, 1993; GABRIEL & LIIMATAINEN, 2000; SMITH & ROBERTS, 2003).

Burns et al. (2001) citam que muitos profissionais como, por exemplo, policiais e bombeiros, estão expostos a situações que lhes exige um elevado grau de gerenciamento e controle das suas respostas emocionais, inibindo a expressão de emoções como medo ou tristeza, substituindo-as por expressões de coragem e tranquilidade.

Tudo sugere que a exaustão emocional é a dimensão considerada o traço inicial do Burnout, acompanhada de sintomas físicos e psíquicos e, que a despersonalização sinaliza o aspecto típico da síndrome de Burnout, ou seja, fica visível a falta de sensibilidade e humanização ao realizar o atendimento aos clientes, tratando-os com frieza e indiferença.

O trabalhador que sofre da SB tende a procurar o afastamento de suas atividades. Características como o tipo de ocupação, tempo de profissão, tempo na instituição, trabalho por turnos, sobrecarga, relação entre o profissional e o cliente, tipos de clientes, relacionamento entre os colegas de trabalho, insatisfação no trabalho, falta de responsabilidade, ausência de progressão no trabalho, conflito com os valores pessoais e

falta de feedback têm forte influência para o desenvolvimento da síndrome de Burnout. A exposição laboral do policial às condições acima referidas, desencadeia tanto o medo individual quanto o medo por sua própria família.

O termo Burnout, no sentido que se está estudando, foi empregado na década de 70 pelo psicólogo clínico Freudenberg. Freudenberg e Richelson (1991) descreveram um indivíduo com Burnout como estando frustrado ou com fadiga desencadeada pelo investimento em determinada causa, modo de vida ou relacionamento que não correspondeu às expectativas. Em 1977, Maslach empregou o termo publicamente para referir-se a uma situação que afeta, com maior frequência, aquelas pessoas que, em decorrência de sua profissão, mantêm um contato direto e contínuo com outros seres humanos.

A despersonalização é o resultado do desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas, por vezes indiferentes e cínicas em torno daquelas pessoas que entram em contato direto com o profissional, que são sua demanda e objeto de trabalho. Hans Selye que foi o primeiro estudioso que tentou definir estresse, atendo-se à sua dimensão biológica. De acordo com este autor (1959), o estresse é um elemento inerente a toda doença, que produz certas modificações na estrutura e na composição química do corpo, as quais podem ser observadas e mensuradas. O estresse é o estado que se manifesta através da Síndrome Geral de Adaptação (SGA).

Esta compreende: dilatação do córtex da suprarrenal, atrofia dos órgãos linfáticos e úlceras gastrointestinais, além de perda de peso e outras alterações. A SGA é um conjunto de respostas não específicas a uma lesão e desenvolve-se em três fases:

- 1) fase de alarme, caracterizada por manifestações agudas;
- 2) fase de resistência, quando as manifestações agudas desaparecem e;
- 3) fase de exaustão, quando há a volta das reações da primeira fase e pode haver o colapso do organismo.

Selye afirma que o estresse pode ser encontrado em qualquer das fases, embora suas manifestações sejam diferentes ao longo do tempo. Além disso, não é necessário que as três fases se desenvolvam para haver o registro da síndrome, uma vez que somente o estresse mais grave leva à fase de exaustão e ressalta um risco de desumanização, constituindo a dimensão interpessoal de Burnout.

Não há um consenso sobre o termo estresse. Alguns autores entendem que representa uma adaptação inadequada à mudança imposta pela situação externa, uma tentativa frustrada de lidar com os problemas, mas estresse também pode ser definido

como um referente, tanto para descrever uma situação de muita tensão quanto para definir a tensão a tal situação (LIPP & ROCHA, 1994. HELMAN, 1994). (KL Abreu-2002)

5 METODOLOGIA

Neste estudo realizou-se o levantamento da prevalência de síndrome de Burnout em bombeiros militares atuantes no Município de Pontal do Paraná – PR. O número total de entrevistados participantes da pesquisa é de N=18.

5.1 TIPO DE ESTUDO E MATERIAIS

Este trabalho trata-se de estudo qualiquantitativo de conteúdo analítico, com aplicação de questionário criado para este estudo para caracterização da amostra e um instrumento padronizado elaborado e adaptado por *chaficjbeili*, inspirado no *MaslachBurnoutInventory* – MBI.

Os resultados serão apresentados em forma de porcentagem (%) em gráficos e tabelas, e serão utilizados somente para fins de pesquisa acadêmica. Não haverá sob alguma hipótese a identificação dos sujeitos.

As pessoas submetidas ao questionário tiveram o livre direito de escolha, sem qualquer intervenção de elementos de força, fraude, mentira, coação, astúcia ou outra forma de restrição posterior e devem ter conhecimento suficiente sobre aspectos relevantes do estudo para tomarem sua decisão, para isso utilizou-se o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) baseado nas diretrizes contidas na resolução CNS nº466/2012, MS.

5.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA

A população de amostra consiste em profissionais da área de segurança pública, mais especificamente, bombeiros militares atuantes no município de Pontal do Paraná no Quartel do corpo de bombeiros Militares 8º GB. O 8º GB conta com o total efetivo

de 28 bombeiros, destes, 18 profissionais aceitaram participar deste estudo.

5.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS

O instrumento de amostra utilizado para esta pesquisa foi o questionário (QUESTIONÁRIO PRELIMINAR DE IDENTIFICAÇÃO DA BURNOUT, elaborado e adaptado por ChaficJbeili, inspirado no *MaslachBurnoutInventory* – MBI), este instrumento é de uso informativo com 20 perguntas sobre características psicofísicas relacionados ao trabalho e 5 colunas com opção de respostas de 1 (nunca) à 5 (diariamente) onde o entrevistado deve assiná-la com x, conforme Anexo I.

As respostas consistem em: 1 – nunca; 2 – anualmente; 3 – mensalmente; 4 – semanalmente e 5 – diariamente.

Após o preenchimento dos questionários, as respostas foram tabuladas em planilhas Microsoft Excel®, onde foram realizados os cálculos matemáticos.

Depois das questões multiplicadas e somadas, a resposta de identificação preliminar da síndrome de Burnout, subdivide-se em:

QUADRO 1 – PONTUAÇÃO DE BURNOUT SEGUNDO MBI

PONTUAÇÃO	BURNOUT
De 0 a 20	Nenhum indício de Burnout
De 21 a 40	Há uma possibilidade em desenvolver Burnout
De 41 a 60	Fase inicial de Burnout.
De 61 a 80	Há síndrome começa a se instalar.
De 81 a 100	Existe uma fase considerável da síndrome de Burnout.

Fonte: A Autora (2019), adaptado de ChaficJbeili.

Faz-se importante salientar que este instrumento é de caráter informativo, e não substitui o diagnóstico clínico psiquiátrico.

O score é um método chamado pontuação de saúde (Health Score), um método utilizado para quantificar pontos para uma lista de indicadores, uma definição de saúde.

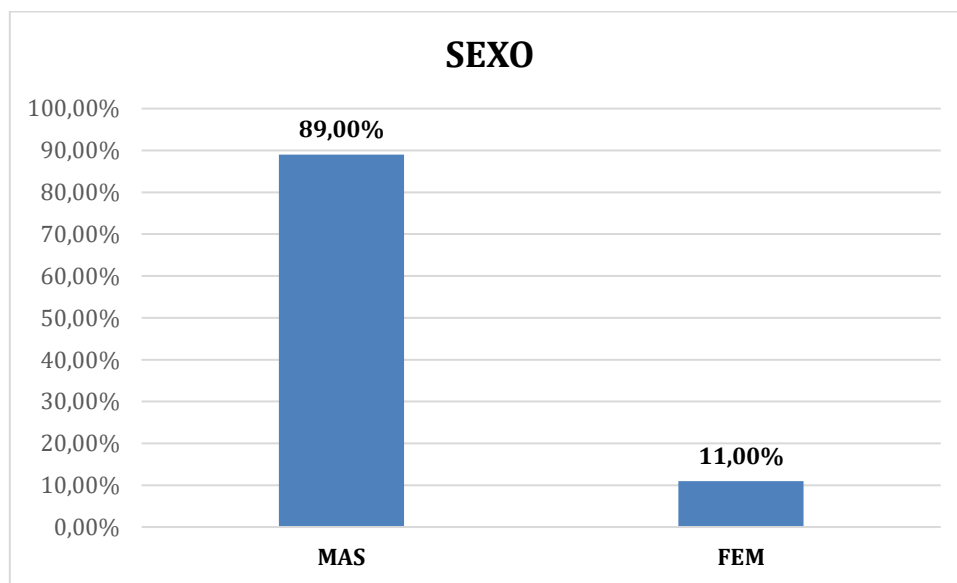
6 RESULTADOS E DISCUSSÃO

6.1 CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

A metodologia usada para a identificação do Burnout nos mostra que a grande maioria está perto de desenvolver a doença, e com a soma do escore de cada um deles foi possível identificar que o escore mais baixo foi de 32% que caracteriza fase inicial da síndrome, o que já é preocupante, e o mais grave foi o bombeiro de escore mais alto, de somatória 88%, que segundo o questionário esse profissional está com a síndrome de Burnout instalada e deveria procurar um profissional para fechar um diagnóstico preciso.

Nota-se no gráfico1, a porcentagem do efetivo no quartel de Pontal do Paraná, segundo classificação por sexo. Sendo constituída maioritariamente por homens (89%) e 11% por mulheres.

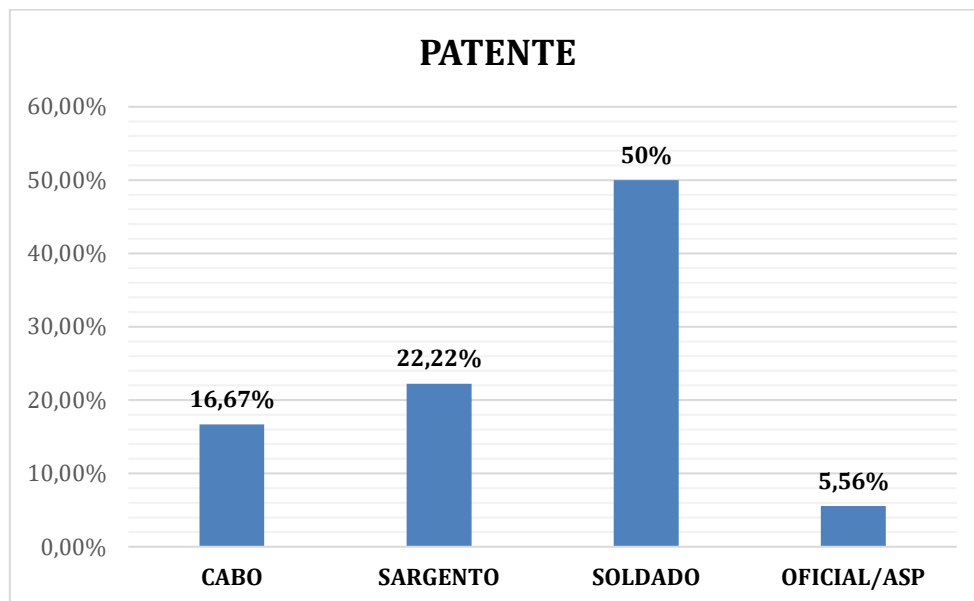
GRÁFICO 1 – RESULTADO DA AMOSTRA SEGUNDO SEXO



FONTE: A AUTORA (2019)

No Gráfico 2 nota-se a maior porcentagem do efetivo é da Patente de Soldados com 50%, Sargentos constitui em 22,22%, cabos com 16,67% e oficiais constitui em 5,56 % do efetivo.

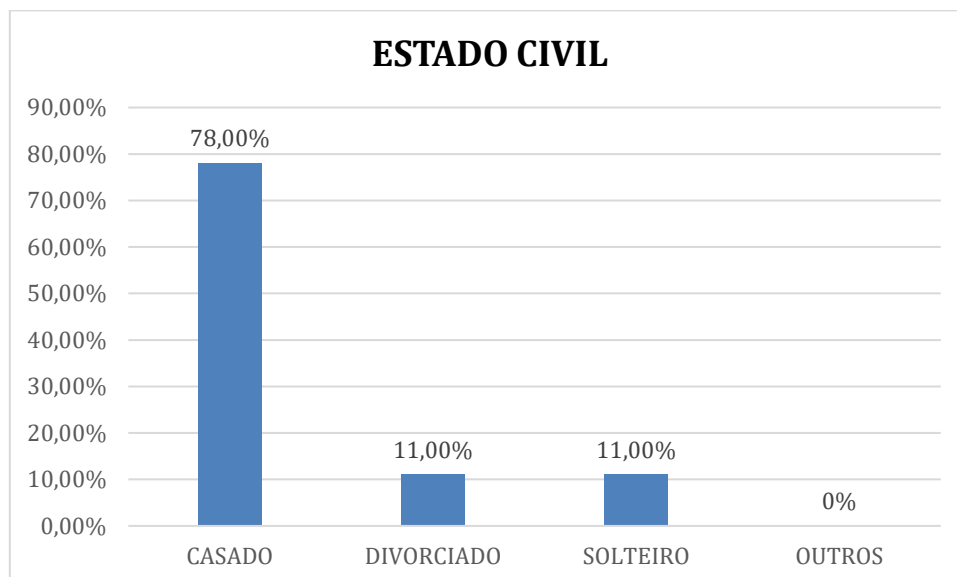
GRÁFICO 2 – RESULTADOS DA AMOSTRA SEGUNDO PATENTE



FONTE: A AUTORA (2019)

O gráfico de nº 3 mostra o estado civil de cada indivíduo, sendo 78% casados, 11% divorciados, 11% solteiros e outros 0%.

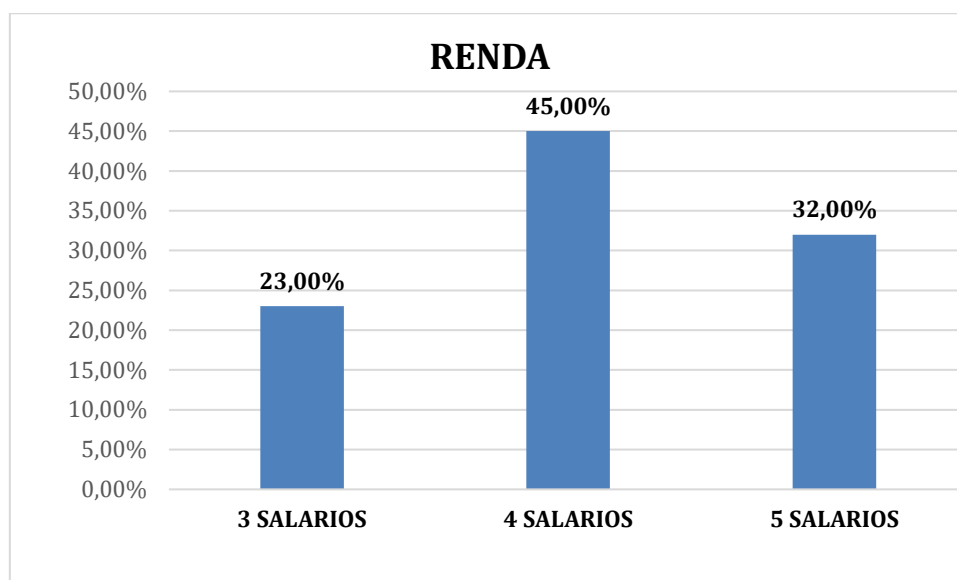
GRÁFICO 3 – RESULTADO DA AMOSTRA SEGUNDO ESTADO CIVIL



FONTE: A AUTORA (2019)

O gráfico de nº 4 representa a renda média de cada indivíduo, sendo que 23% do efetivo ganha 3 salários mínimos, 45% ganha 4 salários mínimos e 32% deles ganham 5 salários.

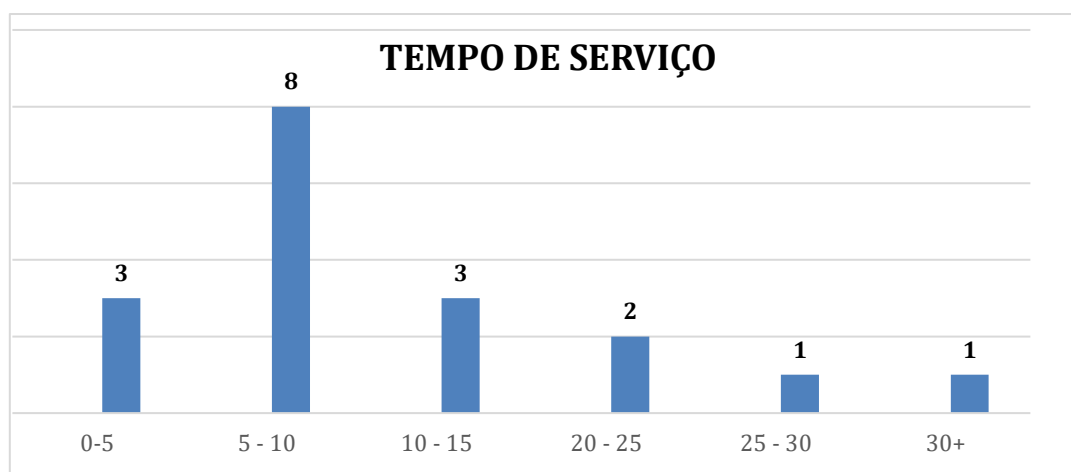
GRÁFICO 4 – RESULTADO DA AMOSTRA SEGUNDO A RENDA



FONTE: A AUTORA (2019)

No que se refere a resultado de tempo de serviço, é possível verificar que a maioria dos BMs trabalham em média 5 a 10 anos nesta profissão. Conforme gráfico 5.

GRÁFICO 5 – RESULTADO DA AMOSTRA SEGUNDO O TEMPO DE SERVIÇO



FONTE: A AUTORA (2019).

Os resultados sociodemográficos são expressos de forma descritivas, observando que do efetivo do 8º GB (grupo de bombeiros) do município de Pontal do Paraná, a maioria é do sexo masculino, com 78%, e do sexo feminino corresponde a 11%.

Com relação a patente (graduação) 50% é formada por soldados, e em relação ao estado civil 78% são casados. Já ao que corresponde a renda mínima, 45% recebe 4 salários mínimos e ao que se refere a tempo de serviço, a média de tempo de trabalho na corporação está entre 5 a 10 anos de serviço.

O gráfico de N° 5 nos mostra que o efetivo de 0 a 5 anos de T.S correspondem a 3 BM's, de 5 a 10 anos de T.S corresponde a 8 BM's, de 10 a 15 anos corresponde a 3 BM's, de 20 a 25 anos correspondem a 3 BM's, de 25 a 30 anos corresponde a 1 BM e de 30 anos ou mais corresponde a 1 Bombeiro Militar.

Pesquisa realizada por Lopes (2010) refere um resultado próximo ao encontrado neste estudo, sendo majoritariamente (95,8%) do sexo masculino, com idade média de 35 anos (DP = 6,8 anos), possuidores do ensino médio completo (47,9%), em sua maioria casados ou em união estável (69,8%).

Em estudo sobre a Síndrome de Burnout em Policiais militares encontraram em relação aos dados sociodemográficos, a maioria de indivíduos do sexo masculino (95,5%), com idade inferior a 40 anos (87,5%), casados (53,8%) e com ensino médio completo (77,3%) (COSTA et. al., 2006).

O resultado encontrado em Pontal do Paraná sugere que quanto mais tempo desenvolvendo a função de bombeiro tem impacto sobre o adoecimento destes profissionais. Neste sentido, esta pesquisa corroborou achados da literatura que o tempo na mesma atividade tem impacto significativo sobre as variáveis exaustão e desumanização destes profissionais (LOPES, 2010).

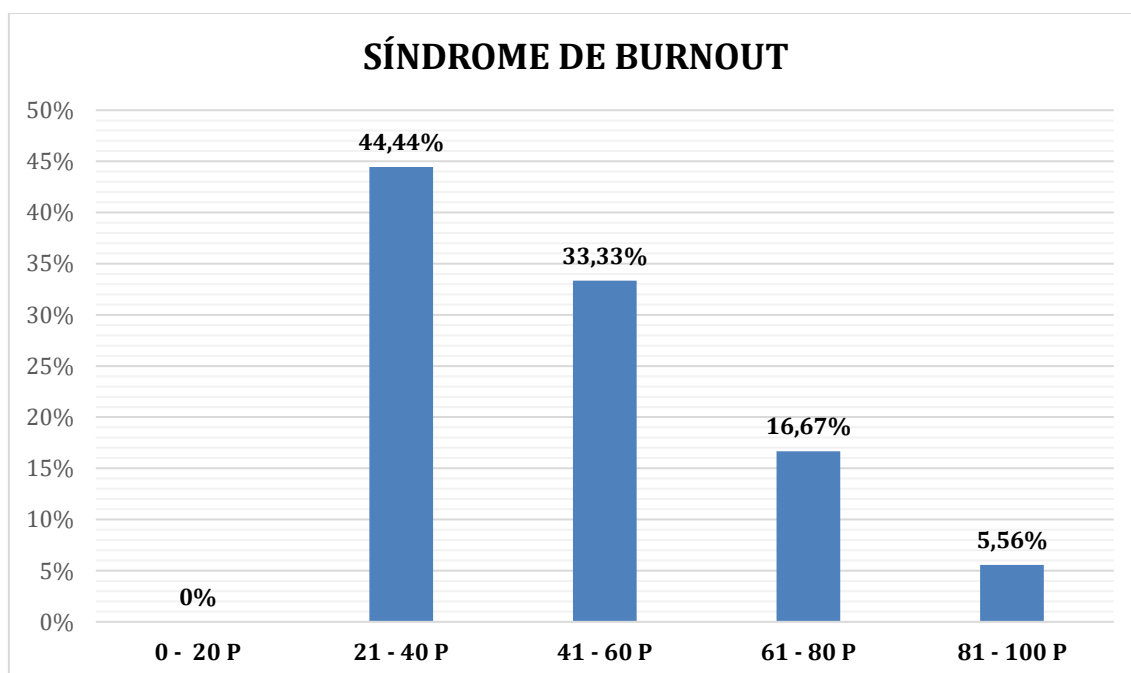
Segundo COSTA, et. al. (2006), o predomínio de indivíduos com tempo de serviço entre 2 e 9 anos indica um quadro de pessoal relativamente novo, fruto de uma política de ampliação do número de profissionais de segurança pública nos últimos anos. Sugere-se ainda que, em todos os postos hierárquicos, com destaque para oficiais superiores e intermediários e para cabos e soldados, os sintomas de estresse se manifesta, principalmente, por meio de sintomas psicológicos, com baixos níveis de sintomas físicos e com predominância na fase de resistência.

Pesquisadores apontam ainda que alguns fatores interferem diretamente para o acometimento da fadiga intensa entre os militares, como por exemplo, a carga horária de trabalho elevada, baixos salários, rotina de atividade física em desacordo com o recomendado, pressão da mídia e imposições previstas em regulamento militar, que podem aumentar as pressões e ocorrências de problemas de saúde mental (OLIVEIRA, 2010).

6.2 PREVALÊNCIA DE BURNOUT

O gráfico de nº6 corresponde aos supostos níveis de estresse ocupacional ou Síndrome de Burnout, sendo que 44,44% não indica nenhum índice de Burnout, 33,33% do efetivo tem a possibilidade de desenvolver a síndrome, 16,67% está em fase inicial da síndrome, e 5,56% do efetivo está em fase considerável da Síndrome de Burnout.

GRÁFICO 6 – PREVALÊNCIA DE SINDROME DE BURNOUT



FONTE: A AUTORA (2019)

Constatou-se que o profissional entrevistado N°1 teve o score de 36 na somatória, isso significa que existe a possibilidade de desenvolver a Síndrome de Burnout, já o resultado encontrado para o profissional de N° 10 obteve-se um score significativo de somatória 88, que significa que existe uma fase considerável de acometimento da Síndrome de Burnout.

A tabela N° 1, expõem-se os resultados de cada pergunta, relativo a um dos 18 entrevistados. Apresenta-se também o score de cada entrevistado onde determina o possível nível de síndrome de Burnout.

TABELA 1 – RESULTADO DA AMOSTRA SEGUNDO Nº DE ENTREVISTADOS, RESPOSTAS E SCORE

ENTREVISTADO						SCORE
	1	2	3	4	5	
1	10	6	3	0	1	36
2	15	0	0	1	4	39
3	2	11	3	1	3	43
4	11	6	2	1	0	33
5	13	2	2	1	2	37
6	11	3	3	2	1	39
7	5	5	5	5	0	50
8	5	5	8	2	1	62
9	6	11	2	1	0	38
10	3	0	0	0	17	88
11	7	1	4	1	8	65
12	1	3	9	7	1	67
13	10	6	2	1	0	32
14	10	3	5	1	1	40
15	6	6	6	1	1	45
16	4	7	6	2	1	49
17	1	7	5	5	2	60
18	8	6	3	1	2	53

FONTE: A AUTORA (2019)

Nos gráficos apresentados neste estudo, é possível verificar que os Bombeiros Militares atuantes no município de Pontal do Paraná, em sua grande maioria demonstram uma possível e significativa possibilidade de desenvolver a Síndrome de Burnout. É possível identificar ainda que alguns profissionais apresentam escores que sugerem sintomas da síndrome.

De acordo com um estudo realizado por Guimarães e outros autores (2014), os militares apresentam um elevado índice de SB, geralmente em resposta às demandas dos estressores que enfrentam no dia-a-dia, as dimensões que mostraram maior influência na SB foram as seguintes: Desconforto Relacionado ao Trabalho; Apoio Organizacional; Carga de Trabalho; Recursos Relacionados ao Trabalho, e a Falta de Capacitação relacionada ao trabalho (GUIMARÃES, et. al., 2014).

A análise dos resultados obtidos em pesquisa realizada por Costa e outros autores (2006), mostrou que os níveis de estresse e de sintomas não indicaram, necessariamente, a presença de um quadro de fadiga crítico (fase de exaustão). Dessa forma, corroborando com o cenário encontrado nesta pesquisa, ainda é possível uma ação preventiva por parte da organização militar.

Tal ação poderia incluir 1) a aplicação de um efetivo programa de diagnóstico, orientação e controle do estresse, bem como de identificação dos eventos estressores, presentes no dia-a-dia dos policiais, através de check-up médico e psicológico anual; 2) a implementação de um programa de atividade física, esporte, ioga e lazer; 3) a construção ou recuperação de espaços adequados a essas práticas; e 4) o aumento do número de policiais, principalmente de soldados, a fim de evitar a sobrecarga de trabalho (mais de 40 horas de trabalho semanais) (COSTA, et. al., 2006).

7 CONCLUSÃO

É possível concluir que, o trabalho é uma atividade que pode ocupar grande parcela do tempo de cada indivíduo e do seu convívio em sociedade, diante disto, esta pesquisa mostrou que a incidência de Burnout em Bombeiros militares é significativa e recorrente.

O MBI mostrou um nível de estresse considerável, sugerindo atentar-se para esse risco a fim de evitar adoecimento desses profissionais, com objetivo de proporcionar a aplicação de um programa eficaz de orientação para controle do estresse, através periódico médico e psicológico anual, sugerindo também o aumento do efetivo para evitar sobre carga de trabalho(mais de 72 horas semanais).

Os resultados encontrados, sugerem ainda, que a Corporação e o Estado na maioria das vezes, não dedicam o suporte e apoio psicológico e de qualidade de vida que necessitam os profissionais de segurança pública, dentre eles os bombeiros militares. Estes profissionais que teoricamente deveriam estar preparados e treinados psicologicamente para lidar com situações inusitadas e/ou atípicas, mas que muitas vezes tem sua própria saúde mental subjugada e negligenciada.

Aponta-se ainda para a necessidade de medidas concretas, como espaços de escuta dos problemas que estes profissionais vivenciam no dia-a-dia, bem como a execução de projetos voltados ao bem-estar psicológico do bombeiro militar. Sabe-se que situações de risco podem, em longo prazo, gerar efeitos colaterais severos a saúde, diante disto, presume-se que novos e maiores investimentos por parte do poder público, poderão gerar profissionais mais saudáveis do ponto de vista afetivo-emocional e, conseqüentemente, mais eficazes na realização de sua tão fundamental atividade profissional(GUIMARÃES, et. al., 2014).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABREU, Klayne leite de. et. At Estresse ocupacional e Síndrome de *Burnout* no exercício profissional da psicologia. *Psicol.cienc.prof.* vol.22 no.2 Brasíliajune 2002. <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932002000200004> Acesso em 07/06/2019

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. (OMS) Disponível em: <<http://bvsmms.saude.gov.br/dicas-em-saude/2068-estresse>> Acesso em: 03/01/2019

BAPTISTA, Makilim Nunes. et al.AVALIAÇÃO DE DEPRESSÃO, SÍNDROME DE BURNOUT E.Psicologia Argumento, Curitiba, v. 23, n. 42 p. 47-54, jul./set. 2005; <<https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/viewFile/20009/19297> . > Acesso em 07/06/2019

BRASIL, Jus, Publicado por Advocacia Pontes 08/05/2014, <[tps://advocaciapontes.jusbrasil.com.br/artigos/118679303/sindrome-de-burnout-uma-hdoenca-relacionada-ao-trabalho](https://advocaciapontes.jusbrasil.com.br/artigos/118679303/sindrome-de-burnout-uma-hdoenca-relacionada-ao-trabalho)> Acesso em 07/06/2019

BRASIL, OPAS disponível em CID: Burnout é um Fenômeno Ocupacional, 28/05/2019 OMS – Organização Mundial de Saúde.<https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5949:cid-burnout-e-um-fenomeno-ocupacional&Itemid=875> Acesso em 07/06/2019

CURY, AUGUSTO. ANSIEDADE, COMO ENFRENTAR O MAL DO SÉCULO,1º edição, São Paulo:editora Saraiva S/A2015, 160 p. Acesso em 07/06/2019

COSTA M, ACCIOLY JR H, OLIVEIRA J, MAIA E. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. *Rev Panam Salud Publica.* 2006; 21(4):217–22.Disponível em: <https://www.scielosp.org/scielo.php?pid=S1020-49892007000300004&script=sci_arttext&tlng=en> acesso em: 07/06/2019.

FILGUEIRAS JULIO CESAR ¹; STEINHERZ HIPPERT, MARIA ISABEL. A polêmica emtorno do conceito de estresse. *Psicol. cienc. prof.* vol.19 no.3 Brasília 1999. <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98931999000300005> Acesso em 07/06/2019

LOPES, VANESSA RODRIGUES. O papel do suporte social no trabalho e da resiliência no aparecimento de burnout: um estudo com bombeiros militares. 2010. 204 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Humanas) - Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2010. <https://repositorio.ufu.br/handle/123456789/17112> Acesso em 09/06/2019

MAGALHÃES, LILIANA ANDOLPHO. et, al, Síndrome de Burnout e Qualidade de Vida de Policiais Militares e Civis. *Revista Sul Americana de Psicologia*, v2, n1, Jan/Jun, 2014. <http://ediciones.ucsh.cl/ojs/index.php/RSAP/article/view/1736/1601> Acesso em 09/06/2019

OLIVEIRA, K. L. DE & SANTOS, L. M. DOS. (2010) Percepção da saúde mental em Policiais Militares da força tática de rua. Revista Sociologias. Porto Alegre, ano 12, n.25, set/dez 2010, p.224-250.

PAIGY,COSTA, et. al.Avaliação da qualidade de vida, nível de Burnout e enfrentamento do estresse no trabalho de agentes comunitários de uma unidade de Programa de Saúde da Família no município de Piracicaba/SP Gerenciamento do estresse.R.bras.qual.Vida, Ponta Grossa.v.6.n.3,p. 164-173, jul/set.2014. <<file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/1892-6646-1-PB.pdf>> Acesso em 07/06/2019

ROCHA, Fábio Freitas. SANTOS, Gisele Simas,Síndrome de Burnout em Profissionais da Saúde.<http://www.chafic.com.br/index_arquivos/burnout.pdf> acesso em 07/06/2019

SOUZA, DENILSON DE JESUS. Publicado no Psicologia. pt a: 20-04-2015| Idioma: Português (Brasil) Psicologia PT: portal dos psicólogos; O estresse e a qualidade de vida no ambiente de trabalho em organizações do segmento de call Center.<http://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo.php?o-estresse-e-a-qualidade-de-vida-no-ambiente-de-trabalho-em-organizacoes-do-segmento-de-call-center&codigo=A0865&area=d8> Acesso em 07/06/2019

TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio. SÍNDROME DE BURNOUT OU ESTAFA PROFISSIONAL E OS TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS. Rev. psiquiatr. clín. vol.34 no.5 São Paulo 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832007000500004 Acesso em: 01/02/2019.

T. BENEVIDES-PEREIRA ANA MARIA. Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estardo trabalhador/. Organizadora.-São Paulo casa do Psicologo, 2002. Bibliografia ISBN85-7396-193-7. Acesso em 07/06/2019

VIANA, G. M. et al.RELAÇÃO ENTRE SÍNDROME DE BURNOUT, ANSIEDADE E QUALIDADE DE VIDA ENTRE ESTUDANTES DE CIÊNCIAS DA SAÚDE.Revista da Universidade Vale do Rio Verde, três corações,v.12,n.1,p.876-885, jan/jul.2014. Disponível em <<http://www.dx.doi.org/10.5892/ruvrd.v12i1.1471>>. Acesso em 07/06/2019.

ANEXO I

www.Chafic.com.br

Suporte e formação continuada para educadores
Brasília-DF | chafic@chafic.com.br

QUESTIONÁRIO JBEILI PARA IDENTIFICAÇÃO PRELIMINAR DA BURNOUT

Elaborado e adaptado por Chafic Jbeili, inspirado no Maslach Burnout Inventory – MBI
Obs.: este instrumento é de uso informativo apenas e não deve substituir o diagnóstico realizado por Médico ou Psicoterapeuta.

MARQUE "X" na coluna correspondente:

1- Nunca | 2- Anualmente | 3- Mensalmente | 4- Semanalmente | 5- Diariamente

Nº	Características psicofísicas em relação ao trabalho	1	2	3	4	5
1	Sinto-me esgotado(a) emocionalmente em relação ao meu trabalho					
2	Sinto-me excessivamente exausto ao final da minha jornada de trabalho					
3	Levanto-me cansado(a) e sem disposição para realizar o meu trabalho					
4	Envolve-me com facilidade nos problemas dos outros					
5	Trato algumas pessoas como se fossem da minha família					
6	Tenho que desprender grande esforço para realizar minhas tarefas laborais					
7	Acredito que eu poderia fazer mais pelas pessoas assistidas por mim					
8	Sinto que meu salário é desproporcional às funções que executo					
9	Sinto que sou uma referência para as pessoas que lido diariamente					
10	Sinto-me com pouca vitalidade, desanimado(a)					
11	Não me sinto realizado(a) com o meu trabalho					
12	Não sinto mais tanto amor pelo meu trabalho como antes					
13	Não acredito mais naquilo que realizo profissionalmente					
14	Sinto-me sem forças para conseguir algum resultado significativo					
15	Sinto que estou no emprego apenas por causa do salário					
16	Tenho me sentido mais estressado(a) com as pessoas que atendo					
17	Sinto-me responsável pelos problemas das pessoas que atendo					
18	Sinto que as pessoas me culpam pelos seus problemas					
19	Penso que não importa o que eu faça, nada vai mudar no meu trabalho					
20	Sinto que não acredito mais na profissão que exerço					
Totais (multiplique o numero de X pelo valor da coluna)						
Score						
Resultados:						
De 0 a 20 pontos: Nenhum indício da Burnout.						
De 21 a 40 pontos: Possibilidade de desenvolver Burnout, procure trabalhar as recomendações de prevenção da Síndrome.						
De 41 a 60 pontos: Fase inicial da Burnout, procure ajuda profissional para debelar os sintomas e garantir, assim, a qualidade no seu desempenho profissional e a sua qualidade de vida.						
De 61 a 80 pontos: A Burnout começa a se instalar. Procure ajuda profissional para prevenir o agravamento dos sintomas.						
De 81 a 100 pontos: Você pode estar em uma fase considerável da Burnout, mas esse quadro é perfeitamente reversível. Procure o profissional competente de sua confiança e inicie o quanto antes o tratamento.						
ATENÇÃO: este instrumento é de uso informativo apenas e não deve substituir o diagnóstico realizado por médico ou psicoterapeuta de sua preferência e confiança.						

Adquira o DVD da palestra "Burnout em Professores" pelo site www.chafic.com.br